

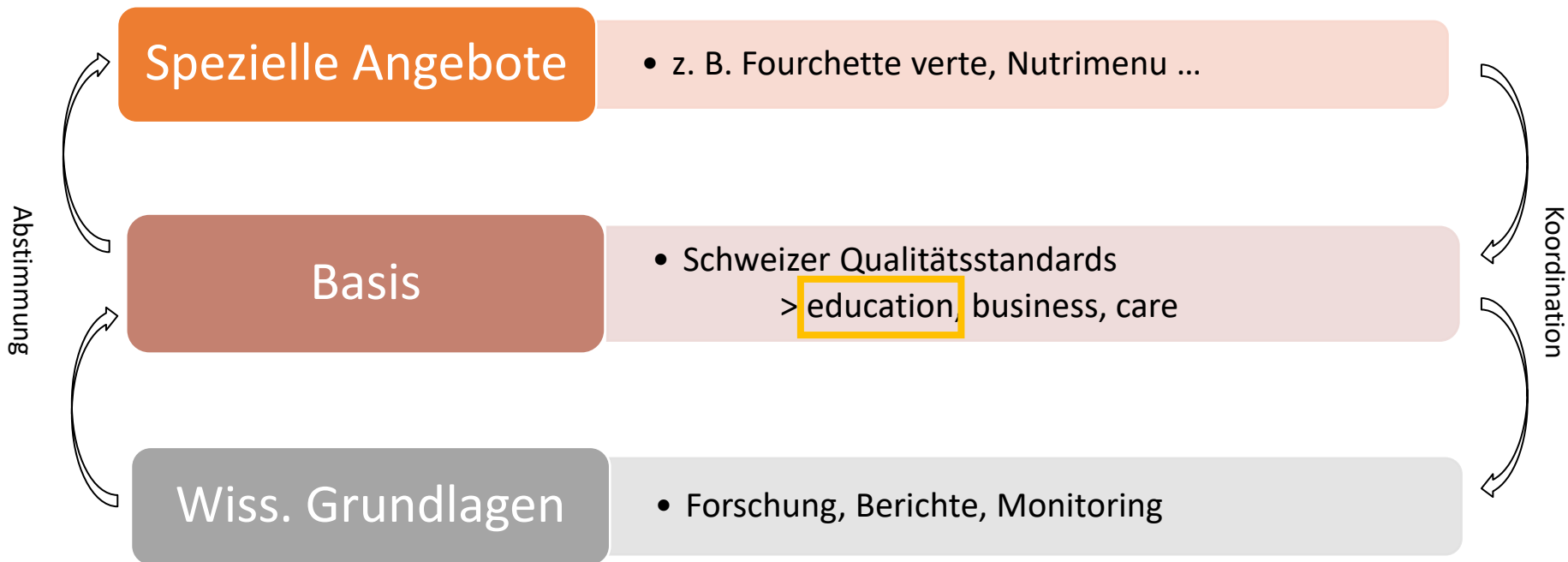
Schweizer Qualitätsstandards

Mittagessen in Tagesstrukturen/Tagesschulen für Kinder



radix.ch

Grundlagen und Angebote



Schweizer Qualitätsstandards Mittagstische für ...

- ... ein ausgewogenes, nachhaltiges Mittagessen (**Verpflegung**)
- ... eine pädagogisch sinnvolle Tischkultur (**Pädagogik**)
- ... eine gesundheitsfördernde Organisation (**Organisation**)
- ... eine gute Zusammenarbeit mit Caterern (**Caterer**)
- ... gute Kooperationen mit Schulleitung, Lehrpersonen und Eltern (**Kooperationen**)

In Bearbeitung:

- ... Essen bei **Allergien und Lebensmittelintoleranzen**
- ... **nachhaltige Ernährung**

> Anpassungen für **grosse Mittagstische**



5 Checklisten und 1 Leitfaden

**für spannende Diskussionen im Team, mit SL, LP und als Grundlage
Elterngespräche und für die Qualitätsentwicklung im Alltag**

www.radix.ch/mittagstische

radix.ch

Wer und was

- Die Checklisten richten sich primär an Leitende und auch an Mitarbeitende von Mittagstischen/Tagesstrukturen.
- Die Checklisten können alleine oder im Team ausgefüllt und reflektiert werden.
- Selbstevaluation, Motivation im Team für Qualitätsentwicklung, Kommunikation und Kooperation

Leitfaden Beispiel <https://www.radix.ch/media/qhjid45t/checkliste->

[paedagogik_neutral.pdf](#)

PÄDAGOGIK

Die Checkliste «Pädagogik» beruht auf dem Grundgedanken, dass eine angenehme Atmosphäre beim Essen genauso wichtig ist wie das Menü, das angeboten wird.

MIT ANDEREN GEMEINSAM ESSEN

Ein gemeinsames Mittagessen mit vielen verschiedenen Kindern und Jugendlichen ist für die meisten am Anfang eine neue und spannende Erfahrung: In der Mehrzahl der Familien ist dies so nicht der Fall. Im Rahmen von Mittagstisch oder Schule kommen ausserdem Erwachsene, Kinder und Jugendliche zusammen, die meist nicht miteinander verwandt oder näher bekannt sind.

MITTAGSPAUSE GEMEINSAM GESTALTEN

Sobald ein gemeinsames, organisiertes Essen mehrmals in der Woche stattfindet, sind Regeln und Rituale notwendig. Manche Kinder und Jugendliche sind dies nicht gewohnt, und jede Person bringt andere Erfahrungen oder Vorstellungen zum Essen mit. Entwickeln Sie gemeinsam mit allen Beteiligten Regeln und Rituale und vereinbaren Sie diese so, dass sie allen guttun. Wenn sich Kinder und Jugendliche beteiligen dürfen, verstehen sie die Regeln und Rituale besser und tragen sie mit. Sie halten die Regeln zuverlässiger ein, wodurch das Essen für alle entspannt ist. Auch zunächst ungewohnte Regeln, wie z. B. das Ausschalten von Handys, können auf diese Weise eingeführt werden. Das gemeinsame Mittagessen bietet den Kindern und Jugendlichen eine wichtige Pause, die sich von der Unterrichtszeit unterscheidet. Anders als im Unterricht dürfen die Kinder und Jugendlichen sich beim Essen entspannen, sich entspannen

GENUSS UND GESUNDHEIT

UNTERSTÜTZEN

Stellen Sie das Menü so zusammen, dass es die Anforderungen einer bedarfsgerechten Ernährung erfüllt. Dieses Essen dürfen alle unbeschwert geniessen! Dabei sorgen Sie dafür, dass der Appetit nicht verdorben wird: Weder durch Kalorienzählen noch durch ständiges Ermahnen oder durch Vorträge über «Vitamine» und «Gesundheit». Der Mittagstisch ist kein Ort für Diäten und auch nicht für Ernährungsinstruktionen. Sie begleiten die Kinder und Jugendlichen beim Essen vorbildhaft und freundlich, müssen sie jedoch nicht kontrollieren.

MITARBEITENDE VERHALTEN SICH

WIE VORBILDER

Sie verhalten sich wie «Ess-Modelle». Das betrifft die Art und Weise, wie Sie sich beim Essen benehmen, wie und was Sie essen oder wie Sie das Gespräch mit den Kindern und Jugendlichen führen. Kinder und Jugendliche ahmen oft nach, was sie sehen und hören. Mehr als jede Ermahnung oder Vorschrift zählt also das, was die Mitarbeitenden tatsächlich tun und verkörpern.

UMGANG MIT ESSEN

Manche Erwachsene sind mit einer Ernährungserziehung gross geworden, bei der das Essen für ganz andere Zwecke benutzt wurde als zum gesunden Geniessen: Es diente z. B. zur Belohnung oder es wurde mit Zwang verbunden. Heute weiss man jedoch, dass Kinder auf diese Weise manchmal Essgewohnheiten aufbauen, die ihnen die

Beispiel Checkliste Pädagogik

CHECKLISTE PÄDAGOGIK

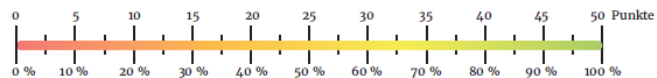
Bei der vorliegenden Checkliste geht es um das gemeinsame genussvolle und entspannte Essen für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Für einen Mittagstisch mit Qualität ist es wichtig, dass Sie alle Beteiligten in die Planung, Durchführung und Auswertung einbeziehen. Das Essen soll allen guttun, die daran beteiligt sind. Die folgende Checkliste hilft Ihnen dabei.

	trifft zu	trifft teilweise zu	trifft nicht zu
VERHALTEN VON MITARBEITENDEN			
Der Umgangston aller Mitarbeitenden ist freundlich, authentisch und respektvoll.			
Mitarbeitende, Kinder und Jugendliche essen dasselbe. Auf Unverträglichkeiten wird so weit wie möglich geachtet.			
Sie unterstützen Selbstständigkeit und halten sich im Allgemeinen mit Hilfeleistungen zurück.			
Bei Kindern und Jugendlichen mit besonderem Unterstützungsbedarf sitzen Sie nach Möglichkeit in der Nähe und essen mit, ohne grosses Aufsehen zu erregen.			
Die Kinder und Jugendlichen werden beim Schöpfen zurückhaltend begleitet; das heisst z. B. Unterstützung bei der Portionengrösse und beim			

Hilfestellungen zur Auswertung

QUALITÄTSBAROMETER – ORGANISATION

Zur Unterstützung der Selbsteinschätzung tragen Sie die erreichte Punktezahl auf dem Qualitätsbarometer ein:



Entspricht das Resultat Ihren Erwartungen?

Wann führen Sie die nächste Selbsteinschätzung durch?

Was ist Ihr Ziel bei der nächsten Selbsteinschätzung?

Ausgefüllt am: _____ von: _____

NOTIZEN

VON DATEN ZU TATEN – ORGANISATION

- Welche Stärken können Sie aufzeigen?
- Wo können Sie etwas verbessern?

	ZIEL 1:	ZIEL 2:
Was wollen wir verändern? (Qualitätsziele)		
Woran sehen wir die Veränderung? (Indikatoren)		
Wodurch wollen wir die Veränderungen erreichen? (Massnahmen)		
Wann und wie messen wir die Veränderungen? (Evaluation)		

Quelle: RAZEX Gesundheit Schulen, Schweizerisches Netzwerk Gesundheitsfördernder Schulen, 2016

Gute Praxis: www.radix.ch/mittagstische



Beispiele Ernährungskonzepte

[Schulergänzende Tagesstrukturen der Volksschule Kriens](#)

[Auftrag der Primarschule Wettswil – Tagesstrukturen](#)

[Ernährungskonzept der Tagesstruktur Beromünster](#)

Kantone

[Empfehlungen des Kantons Luzern](#) (siehe Gesunde Mittagstische, sinnvolle Tischkultur)



Praxisbeispiele Mittagstische

[Tagesstruktur Beromünster](#)



Weitere Beispiele sind gesucht! Bitte melden Sie sich, gerne unterstützen wir Sie : conrad@radix.ch

radix.ch

Beratung und Weiterbildung

- Massnahmen umsetzen, bei Bedarf Unterstützung beziehen:
 - Kantonale und/oder kommunale/städtische Fachstellen
 - Kantonale Sektionen Fourchette verte
 - Beratung Pädagogik durch Fachstelle «PEP gemeinsam essen»
 - Beratung Organisationsentwicklung z.B. durch Pädagogische Hochschule Zürich

Zugang

- **Download** Gesamtdossier und einzelne Checklisten, illustriert und neutral unter: www.radix.ch/mittagstische
- **Bestellung** Dossiers gedruckt (kostenlos):
BBL, Vertrieb Bundespublikationen, 3003 Bern,
Schweiz www.bundespublikationen.admin.ch

Danke!

Fragen?

conrad@radix.ch

